

## COMUNICADOR EFICAZ: A VOZ DO PROFESSOR E SAÚDE PREVENTIVA.

Alexandre Silva Santos<sup>1</sup>  
Daniela de Matos Almeida<sup>2</sup>  
Loenizia Gonçalves de Paula<sup>3</sup>  
Matheus Álvares Ribeiro<sup>4</sup>  
Monica Pereira de Oliveira<sup>5</sup>

**RESUMO:** O professor é uma peça fundamental na mediação do ensino e aprendizagem, e sua principal ferramenta de trabalho é a voz. O uso inadequado das estruturas vocais coloca esse profissional em risco em relação a sua qualidade vocal e atuação profissional.

**Palavras – chave:** Professor, Comunicação, Saúde Vocal.

## INTRODUÇÃO

O professor enquanto comunicador eficaz e mediador do processo ensino e aprendizagem tem um papel relevante no sentido de possibilitar transformações no educando por meio da voz. Mas, a maior incidência de problemas vocais, o desconhecimento do uso vocal e cuidados da voz, entre os profissionais da voz, ocorrem com o professor (CORDEIRO e WEISS, 2004).

Ao educador é indispensável o conhecimento do próprio corpo e de sua voz. A anatomia da laringe, das pregas vocais e a produção vocal merecem destaque para que o professor possa perceber mudanças nessa região do corpo e ter consciência de si mesmo. Muitos malefícios são ocasionados à voz e/ou as pregas vocais, dentre ele, as disfonias. A

---

<sup>1</sup> Graduado em Ciências Biológicas. Aluno do Curso de Pós-graduação em Docência Universitária-FARA. ([alexandre\\_merlin@hotmail.com](mailto:alexandre_merlin@hotmail.com))

<sup>2</sup> Graduada em Gestão Hospitalar. Aluna do Curso de Pós-graduação em Docência Universitária-FARA. ([danieladematos2610@yahoo.com.br](mailto:danieladematos2610@yahoo.com.br))

<sup>3</sup> Graduada em História. Aluna do Curso de Pós-graduação em Docência Universitária-FARA. ([loenizia@gmail.com](mailto:loenizia@gmail.com))

<sup>4</sup> Graduado em Comunicação Social-Jornalismo. Aluno do Curso de Pós-graduação em Docência Universitária-FARA. ([matheus.alvares@gmail.com](mailto:matheus.alvares@gmail.com))

<sup>5</sup> Professora orientadora. Graduada em Fonoaudiologia pela Universidade de Franca, Especialista em Audiologia Clínica, Especialista em Psicopedagogia, Especialista em Educação Inclusiva e Mestre em Promoção de Saúde pela Universidade de Franca- Franca-SP. Docente e coordenadora do Núcleo de Extensão e Pós-graduação da FACULDADE ARAGUAIA ([monicap@faculdadearaguaia.edu.br](mailto:monicap@faculdadearaguaia.edu.br))

formação de nódulos, pólipos e edemas podem apresentar diferentes graus de lesão na prega vocal que levam a alterações vocais e até o afastamento do professor de suas funções.

A fonoaudiologia é a ciência que estuda a comunicação humana por meio da linguagem oral e escrita, voz e audição. A área de promoção da saúde, em nível de prevenção na educação, em relação à saúde vocal do professor é pouco explorada por parte das instituições e dos próprios educadores.

Neste artigo abordaremos sobre o assunto que todo professor deveria compreender: a voz, as estruturas anatômicas, a produção vocal, problemas ocasionados pelo uso vocal inadequado e ações preventivas relacionadas à voz.

## **1 Comunicador eficaz: a voz e o professor**

A voz é, por excelência, um instrumento de trabalho do docente. Apesar das tecnologias surgidas durante a história da docência, nenhuma subsiste sem o uso da ferramenta vocal. Isto por que a voz é um dos veículos de comunicação primordial. Antes mesmo dos primeiros *homo sapiens* aprenderem a registrar eventos por meio de símbolos gráficos, a voz era o meio pelo qual nossos ancestrais se comunicavam.

Talvez por se tratar de uma ferramenta essencial para o exercício da profissão, é que o uso adequado da voz esteja tão atrelado ao bom desempenho do professor em sala de aula. Ao professor, faz-se necessário compreender que seu ofício é também o de comunicador e, como tal, exige um repasse eficaz da mensagem a que se propõe transmitir.

Segundo Davis (1972, Apud CARRASCO, p.121), “A comunicação é o processo de passar informação de uma pessoa para outra”. Por excelência, o professor é um comunicador e seu bom desempenho em sala de aula depende de sua capacidade de fazer-se entender.

O bom professor é o que consegue, enquanto fala trazer o aluno até a intimidade do movimento do seu pensamento. Sua aula é assim um desafio e não uma *cantiga de ninar*. Seus alunos cansam, não dormem. Cansam porque acompanham as idas e vindas de seu pensamento, surpreendem suas pausas, suas dúvidas, suas incertezas. (FREIRE, 1996, p.96)

Mais do que ter o domínio do conhecimento o docente deve ter a capacidade de transmiti-lo. Repassar a mensagem sem ruídos para que a apreensão do conteúdo seja a mais clara possível. Para isso a simples detenção do conhecimento é insuficiente, apesar de indispensável.

Para Gadotti (1999), a fim de por em prática o diálogo, o docente deve evitar transparecer aos alunos a ideia de ser o detentor do saber. Colocar-se também como um ser em processo de construção do conhecimento.

Carrasco (2001, p. 127) afirma que, o comunicador “deve desenvolver boa atitude para consigo mesmo, para com o outro participante do processo (emissor e receptor) e desenvolver a empatia”. Isso significa adquirir grau de harmonia nas inter-relações.

Muito além da postura como comunicador, o docente deve entender a voz como ferramenta de trabalho e, portanto, entender que o mau uso pode desgastá-la. Park e Behlau (2009) apontam que apesar de alguns professores já reconhecerem a voz como instrumento de trabalho, não são incomuns casos de docentes em consultórios de fonoaudióloga com graves de problemas nas pregas vocais.

Problemas na voz, além de representarem riscos à saúde do profissional, são também responsáveis por ruídos no processo de transmissão de informações. “Uma pessoa que apresenta voz auditivamente desagradável pode interferir no seu processo de comunicação” (CARRASCO, 2001, p.126).

## **2 Produção vocal: questões sobre a anatomofisiologia**

A comunicação é algo essencial nas relações, sendo ela verbal e não verbal. Sendo a comunicação verbal mais utilizada, a voz é, conseqüentemente, a ferramenta mais empregada, inclusive na relação professor e aluno pois, possibilita a mediação do ensino e da aprendizagem.

O uso inadequado da voz traz sérios danos à saúde do professor e a aprendizagem do aluno, mas entender como a voz é produzida promove uma reeducação na maneira de utilizá-la adequadamente.

O órgão onde se dá origem à voz é a laringe que está localizada na região cervical do corpo humano entre a traqueia e base da língua. A laringe possui características fibromusculares, várias cartilagens dentre elas a tiroide, cricoide e a epiglote, todas elas revestida com as membranas mucosas que são impulsionadas pelos músculos da laringe, onde as dobras das membranas mucosas geram as pregas vocais, que se localiza na parte interna da laringe e que promove através dos seus movimentos o som (voz) que usamos para comunicar (PHILLIPI, 2009).

Segundo Philippi (2009) a voz muda de acordo com a idade, sexo, estrutura corporal, estado emocional e condições de ambiente:

A frequência fundamental da voz é igual à frequência na qual as pregas vocais vibram para cortar o fluxo de ar em pulsações glóticas. Aproximadamente, oscila de 100 a 150 Hz para os homens e de 200 a 300 Hz para as mulheres durante a fala. Rigorosamente, o pitch vocal é uma grandeza perceptível correspondente à frequência fundamental, mas é normalmente usado como sinônimo desta última, pois são praticamente similares dentro da faixa de limites da frequência fundamental e intensidade da voz humana (PHILIPPI, 2009, p. 16).

É considerada uma voz de qualidade quando esta tem aceitação social, não possui ininteligibilidade da fala, promove o crescimento profissional do indivíduo, consegue emitir mensagem emocional durante a fala. Quando o locutor não é capaz de atingir essas características considera - se um perfil de disfonia.

Na prática docente com o passar do tempo, a disfonia, acaba sendo um perfil comum, devido ao mau uso da voz. As condições e os recursos materiais oferecidos no campo de atuação do professor favorecem as patologias vocais, como: uso de giz na lousa, péssima acústica na sala de aula, grande demanda de alunos por professor, ausência de recursos de multimídia, alimentação inadequada, carga horária de trabalho excessiva, aulas com longa duração, ar condicionado, falta de lubrificação das pregas vocais (ingestão de água), péssimos hábitos, como: consumo de bebidas alcoólicas, tabagismo, uso de entorpecentes, dentre outros.

A falta de qualidade de vida dos trabalhadores docentes favorece o aparecimento das disfonias. Deve - se investir em campanhas, de caráter preventivo, que conscientizem os profissionais docentes para que possam cuidar da voz durante a prática docente.

### **3 Os riscos à voz devido ao seu uso inadequado na prática docente**

O docente como comunicador eficaz e mediador do processo de ensino e aprendizagem, tornou-se um profissional que merece atenção dos fonoaudiólogos, por apresentar alto índice de alterações vocais. O professor enquanto comunicador precisa ser compreendido, e para tal a saúde vocal deve obter atenção por parte do próprio professor e do seu ambiente de trabalho, uma vez que a instituição de ensino deve se preocupar com o professor por ser mediador do ensino e aprendizagem como afirma Gonçalves et al (2005,

p.49): “Então, para compreender o trabalho do professor, é preciso observar sua atividade em situação real, contextualizada, ou seja, observá-lo em sala de aula, em diferentes situações pedagógicas, investigando como faz sua tarefa”.

Os danos vocais acometidos aos professores são ocasionados por diversos fatores, como podemos observar:

Os aspectos da qualidade de vida e do trabalho são apontados como determinantes e agravantes das disfonias. São eles: ambiente e organização do trabalho (como a necessidade de dar conta do conteúdo previsto e da gestão escolar); demanda vocal e condições de uso da voz nos contextos cotidianos; condições de saúde geral; questões de gênero e dos papéis sociais desempenhados na sociedade; organização da vida privada; representações acerca do processo saúde/doença, entre outros (GONÇALVES et al, 2005,p. 49).

Também podemos observar que:

Diversos autores apontam problemas de saúde do professor relacionados às suas condições de trabalho, como questões emocionais, esgotamento mental e estresse, doenças do aparelho respiratório e vias aéreas superiores, dor de garganta, faringite, laringite, rouquidão e disfonia, assim como problemas cardiológicos, circulatórios e ortopédicos. Estudos recentes evidenciam uma porcentagem de 54% a 79% de queixas vocais, como rouquidão, cansaço ao falar e garganta seca, em professores de diversos estados do país e servidores municipais de São Paulo acontecem em função desses distúrbios. (GONÇALVES et al, 2005, p. 48)

Muitas vezes as alterações na voz são pouco percebidas, ou ignoradas pelo professor, uma vez que, este profissional toma os sintomas como comuns a prática docente e não possíveis de tratamento. Dentre os problemas de voz perceptíveis estão: disfonia, nódulos e edemas nas pregas vocais.

### **3.1 Disfonia e outros males da voz**

Disfonia é um sintoma relacionado a toda e qualquer dificuldade na produção vocal. Entre os sintomas apontados pelos professores a sensação de “garganta seca e arranhando”, fadiga oral e rouquidão são as mais frequentes. As disfonias podem ser classificadas em: disfonia funcional, orgânica e organofuncional (VIEIRA et al, 2007).

A disfonia funcional é ocasionada pelo uso inadequado da voz, inaptações vocais e alterações psicoemocionais (VIEIRA et al, 2007). O não conhecimento de sua capacidade

vocal, o estado emocional, salas com acústica deficiente, número de alunos, carga de trabalho levam o profissional da educação a desenvolver quadros de disfonia.

A disfonia orgânica é associada a outras doenças endócrinas, hipotireoidismo, alterações hormonais e refluxo gastroesofágico (VIEIRA et al, 2007).

A disfonia organofuncional é decorrência de uma disfonia funcional diagnosticada tardiamente, que leva a outras alterações como nódulo vocal, o pólipos e o edema de prega vocal (VIEIRA et al, 2007).

“O nódulo vocal é definido como lesão de massa (tecido edematoso e/ou fibras colágenas), benigna, bilateral, de característica esbranquiçada ou levemente avermelhada, decorrente essencialmente do comportamento vocal inadequado e abusivo”, (VIEIRA et al, 2007, p.260).

Os nódulos são comuns às mulheres pela menor quantidade de ácido hialurônico, o tratamento é fonoterápico ou cirúrgico.

O pólipo é definido como lesão de massa geralmente unilateral, de configuração exofítica, de coloração e tamanhos variados. É decorrente de traumatismos mais profundos nos tecidos das pregas vocais. Tais traumatismos podem ser fonatórios ou não. (...) Outros processos irritativos como aspiração de substâncias químicas agressivas, refluxo gastroesofágico e atividades respiratórias intensas (como esforço para tocar instrumentos de sopro) podem também se associar com o surgimento do pólipo.

O fumo e o álcool são fatores agravantes importantes para todas as disfonias, inclusive aquela causada por pólipo.

Outra diferença entre o nódulo e o pólipo relaciona-se ao tratamento (...). Enquanto o nódulo, é em sua grande maioria, reabsorvido com fonoterapia e mudança de comportamento, o pólipo é de tratamento cirúrgico (VIEIRA et al, 2007, p. 261)

O Edema de Reinke aparece tanto em homens quanto em mulheres, está relacionado ao uso excessivo e abusivo da voz e ao tabagismo, dando aspecto rouco a voz. “O edema de Reinke é uma lesão crônica difusa, de coloração rosada, caracterizada por acúmulo de fluido em parte ou em toda a extensão das pregas vocais” (VIEIRA et al, 2007, p.261-262). O tratamento dos edemas pode ser por medicamentos, cirurgia e reabilitação fonoaudiológica.

Outros riscos estão relacionados ao uso do giz, aspirado durante a exposição de conteúdo, temperatura, poluição do ar, ar-condicionado, falta de circulação de ar nas salas, alergias, falta e hidratação das pregas vocais e o esforço da voz em quadro de disfonia. Os prejuízos vão além da capacidade vocal, mas levando a quadros emocionais instáveis, baixa autoestima, queda na qualidade de trabalho, exaustão física e emocional e pouca interação social, levando a um quadro de síndrome de Burnout (CARLOTTO, 2002).

Dentre as pesquisas referentes à saúde vocal e ao trabalho docente, o artigo de Regina Penteado e Danielle Rossi (2006) traz um estudo em que se verifica que a grande queixa dos professores está ligada ao não reconhecimento do bom uso da voz e de atitudes preventivas. Dentre outros problemas em sala de aula observados por Ghirardi e Ferreira (2008), as disfonias dos professores alteram o processamento da linguagem oral pelos alunos, comprometendo o seu desempenho. Percebemos que os riscos a voz necessita ser concebido como problema de saúde pública, que implica não apenas a saúde de professores, mas de alunos e funcionários administrativos. Assim como de investimento em saúde preventiva com acompanhamento fonoaudiológico. Porém a realidade observada no âmbito educacional é outra: “Entretanto, nota-se que há poucas ações dirigidas à saúde e à vida do professor, que sofre e adoece sem que suas necessidades sanitárias específicas sejam adequadamente compreendidas e trabalhadas” (GONÇALVES et al, 2005, p.47-48).

#### **4 Higiene Vocal**

O docente, em sua atividade profissional deve, tomar alguns cuidados com a voz com objetivo de preservar um de seus mais importantes instrumentos de trabalho. Realizar a higienização vocal, utilizando o aquecimento e desaquecimento vocal é essencial para ter uma voz de qualidade, e evitar alterações e doenças no trato vocal.

As constantes queixas dos professores de cansaço vocal, ardência da garganta entre outros sintomas requerem o habito da Higiene vocal para melhorar a qualidade da voz. Podemos perceber que:

Muitos professores sofrem com as condições ambientais e recursos materiais que prejudicam sua atuação, mas, sobretudo, desconhecem os cuidados que devem ter com a alimentação, o sono, o vestuário e os recursos vocais. Também não associam os abusos vocais, o fumo e o álcool como fatores que contribuem para a existência dos sintomas de cansaço vocal, dor, rouquidão, ardência, voz fraca e perda de voz (CORDEIRO E WEISS, 2004, p. 67).

As orientações são fáceis de serem seguidas, porém necessita do comprometimento do professor. Por vezes, esse professor reclama da dificuldade em liderar a sala sem elevar a voz, sendo necessárias técnicas que amenizem o barulho e o ajudem na aula, se necessário o apoio da equipe pedagógica da escola deve ser solicitado.

A saúde vocal é essencial para uma longa carreira profissional. O aquecimento vocal e desaquecimento da musculatura envolvida no processo de fonação são requisitos básicos para

o bom desempenho e saúde da voz. Por outro lado, a fadiga constante gera esforço e, conseqüentemente, a formação de patologias que levam à redução do desempenho da fala. O aquecimento vocal desenvolve a consciência sinestésica/ proprioceptiva muscular, responsável pelo desempenho da fala (SATALOFF, 1991). É importante para a saúde e longevidade da voz Baxter (1990); Francato, Nogueira, Pela, Behlau (1996) (apud. PINHO, 2001).

Francato e Col. (1996), (apud. PINHO, 2001) relataram que o aquecimento possibilita adequada coaptação das pregas vocais, favorecendo maior componente harmônico; diminuindo o fluxo de ar transglótico produzindo voz com menor quantidade de ar não modulado; deixando a mucosa mais solta, promovendo maior habilidade ondulatória; permitindo maior intensidade de projeção à voz e proporcionando melhor articulação dos sons.

No desaquecimento, devem ser realizados exercícios de alongamento, em menor quantidade que no aquecimento, a fim de recuperar os músculos mais exigidos durante a emissão sons, como a fala e o canto. A massagem no desaquecimento após a fala facilitará o retorno do sangue venoso e recuperará a voz mais rapidamente.

O exemplo de uma voz rouca não significa demonstração de excelência de trabalho, pois transmite que o profissional não realiza sua higiene vocal, ou não sabe cuidar dessa preciosa ferramenta de trabalho. Resultando em um acidente de trabalho, que acaba sendo comum e considerado como resultado inevitável de sua atividade profissional.

O cuidado com a voz deve ser pensado sempre com o mesmo foco, que realizamos o cuidado com o restante do corpo, pois todo o sistema corporal afeta a qualidade vocal, e a voz é o reflexo de um corpo em funcionamento saudável. E todos independente da sua profissão devem se conscientizar sobre a higienização vocal. Como Behlau & Pontes (apud PINHO 1998), definem higiene vocal:

Algumas normas básicas que auxiliam a preservar a saúde vocal e a prevenir o aparecimento de alterações e doenças. As normas de higiene vocal devem ser seguidas por todos, particularmente por aqueles que se utilizam mais da voz ou que apresentam tendência a alterações vocais. (BEHLAU & PONTES, apud PINHO, 1998, p.119)

Além do aquecimento e desaquecimento vocal, segundo Pinho (1998), o professor deve tomar algumas atitudes com hábitos saudáveis, como:



- Evitar o consumo de cigarro, pois, a fumaça quente produzida pelo cigarro agride o sistema respiratório, as pregas vocais e o trato vocal;
- Evitar a ingestão de álcool, pois, o álcool produz efeito anestésico e perda da sensibilidade, possibilitando os abusos vocais sem perceber, além de irritar o trato vocal;
- Evitar o uso de cocaína, pois, ao aspirar a cocaína, o indivíduo fica vulnerável as alterações neurológicas e cardiovasculares, e irritamento no trato vocal, perfurações no septo nasal e ulcerações na região mucosa das pregas vocais. Além de aumentar o ritmo da fala, sofre ataque vocal brusco, voz agudizada e hipernasal;
- Evitar o ato de pigarrear: um hábito comum, que geralmente tem a característica involuntária, esse ato é como estivesse raspando a prega vocal, motivando um atrito na glote;
- Deve-se buscar tratamento para tosse, para que possa evitá-la, pois, quando se tosse as pregas vocais sofrem bastante, porque as cordas vocais ficam batendo uma contra outra;
- Evitar gritar, pois, o grito é a atitude que mais agride as pregas vocais;
- Evitar o contato com ar-condicionado, pois o mesmo provoca ressecamento na mucosa do trato vocal;
- Evitar a competição sonora.
- O uso de Sprays e Pastilhas, sem prescrição médica, é um equívoco e tem uma ação semelhante a do álcool;
- Deve-se se tratar de alergias, principalmente das alergias nas vias áreas superiores, porque é um dos causadores de alterações vocais;
- Evitar a automedicação, pois, a automedicação coloca a saúde do indivíduo em risco, e a maioria das medicações causam alterações no trato vocal;
- As mudanças bruscas de temperatura causam uma alteração vascular e inibindo os mecanismos de defesa, causando edemas nas mucosas, e problemas inflamatórios. Então, o ideal é se preparar com as diferenças climáticas;
- Evitar roupas ou acessórios apertados na região do pescoço, para não causarem dificuldades na respiração e não atrapalharem a movimentação muscular que promove a fala;

- Deve-se fazer uma alimentação balanceada e evitar o consumo de alimentos pesados porque dificulta a respiração. Evitar também os derivados de leite, pois aumentam e fazem a secreção do trato vocal ficar espessa, bebidas e alimentos gelados provocam choque térmico, promovendo edema nas pregas vocais;
- Aumentar o consumo de água e sucos cítricos, pois, além de hidratar aumenta a produção de saliva;
- Alterações hormonais devem ser observadas, pois essas alterações podem provocar distúrbios vocais, como: edema nas pregas vocais, uma leve rouquidão, voz pesada até mesmo uma fadiga vocal;
- Uma boa noite de sono e a prática de exercícios físicos promovem uma voz de qualidade;
- Uma saúde psíquica boa reflete na qualidade vocal.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Entender as condições de trabalho e vida do professor se torna primordial para a saúde vocal. Buscar informações junto à profissionais especializados na área é de suma importância para que haja efetivação da prevenção. A ação preventiva necessita de apoio para divulgação nas escolas e também na formação inicial dos futuros professores. A necessidade dos professores terem boas condições de voz e audição é importante tanto para sua saúde quanto para a melhoria das condições na educação. Podemos perceber que:

É imprescindível que os professores tenham uma boa fala, uma boa voz. Para isto, necessitam receber treinamento intenso e adequado para saberem usar devidamente seu aparelho fonador. Muitos professores se lançam a um trabalho idealístico, cansativo, sem o mínimo conhecimento de técnica vocal e dos riscos de uma alteração orgânica decorrente do uso inadequado da voz. Segundo Fawcus (1992), o entendimento do mecanismo vocal e sua utilização adequada constituem-se na melhor forma de prevenir problemas de voz.

A voz falada é considerada como parte integrante da comunicação oral humana. Então, percebemos que o que afeta a voz afeta a fala, a comunicação e a pessoa no seu bem-estar biopsicossocial. A possibilidade de poder desenvolver e proteger sua qualidade de voz confere à pessoa no segurança e confiança na comunicação oral, permitindo melhor inserção nas relações pessoais e de trabalho, tornando-a mais feliz e integrada (CORDEIRO E WEISS, 2004, p. 70).

Esperamos que esse artigo possa ampliar a compreensão sobre a saúde vocal do professor para atingir o bem comum à sociedade educacional. Considerar a voz como

instrumento de trabalho é considerar que o professor é um profissional que merece atenção e valorização. Este comunicador e mediador da educação precisa de reconhecimento e também de aprendizagem, aprender a reconhecer a si mesmo como participante ativo de um processo abrangente na educação brasileira.

Sugerimos que mais pesquisas sejam feitas nesta área, em face às novas oportunidades e desafios no que se refere à atuação do professor comunicador em caráter preventivo.

## REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Luciana Lemos de et al. **Avaliação da performance vocal antes e após a vibração sonorizada de língua.** *Rev. soc. bras. fonoaudiol.* [online]. 2010, vol.15, n.3, pp. 343-348. ISSN 1516-8034.

CARLOTTO, Mary Sandra. **A síndrome de Burnout e o trabalho docente.** *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>. Acesso em: 09 de fevereiro de 2012.

CARRASCO, Maria do Carmo Oliveira. **Fonoaudiologia empresarial: Perspectivas de consultoria, assessoria e treinamento.** São Paulo: Lovise, 2001.

CORDEIRO, Rosyeri de Souza e WEISS, Silvio Luiz Indrusiak. **Voz: instrumento ou arma? A saúde vocal do professor e seus principais problemas.** *Revista de Divulgação técnico-científico do ICPG*. Santa Catarina: 65-70, v. 1, nº. 4. Jan – Mar/2004.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à prática educativa.** São Paulo: Paz e Terra, 1996.

GADOTTI, M. **Convite à leitura de Paulo Freire.** São Paulo: Scipione, 1999.

GHIRARDI, A. C. A. M. FERREIRA, L. P. **A influência da voz do professor disfônico no processamento da linguagem oral de alunos.** *Distúrb Comum*. São Paulo, 20(1): 136a-136b, Abril, 2008.

GONÇALVES, Cláudia Giglio de Oliveira, et al. **Fonoaudiologia e Saúde do Trabalhador: a questão da saúde vocal do professor.** *Saúde em Revista*. Piracicaba, 7(15): 45-51, 2005. Disponível em: <http://www.ufpel.edu.br/fae/caduc/downloads/n28/artigo11.pdf>. Acesso em: 23 de Janeiro de 2012.

PARK, Kelly e BEHLAU, Mara. **Perda da voz em professores e não professores.** *Rev. soc. bras. fonoaudiol.* [online]. 2009, vol.14, n.4, pp. 463-469. ISSN 1982-0232.

PENTEADO, R. Z. ROSSI, D. **Vivência de voz e percepções de professores sobre Saúde vocal e trabalho.** *Saúde em Revista*. Piracicaba, 8(18): 39-48, 2006.

PINHO, S. M. R. **Tópicos em voz.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.

\_\_\_\_\_. **Fundamentos em fonoaudiologia: tratando os distúrbios da voz.** Guanabara Koogan S.A Ed., Rio de Janeiro, 1998.

PHILIPPI, Fernanda Fiorese. **Anatomia das pregas vocais e fisiologia da fonação.** USP, 2009. Disponível em: <http://www.fag.edu.br/professores/karin/Fonoaudiologia/Morfofisiologia%20da%20Comunicacao%E7%E3o/Anatomia%20da%20laringe.pdf>. Acesso em: 18 de fevereiro de 2012.

VIEIRA, A. B. C. et al. **Fatores causais e profilaxia da disfonia na prática docente.** *Cadernos de Educação | FaE/PPGE/UFPEL | Pelotas* [28]: 255 - 270, janeiro/junho 2007.